

8 Grundkonzepte der Verhaltenstherapie

- ▶ Welche Strömungen gibt es in der Verhaltenstherapie?
- ▶ Wann etablierte sich die Verhaltenstherapie zu einer relevanten therapeutischen Richtung?
- ▶ Welcher Unterschied in der Erklärung vom bedingten Reflex kennzeichnet Pawlows gegenüber Thorndikes psychologischem Ansatz?
- ▶ Welche Grundorientierung hatten die frühen Behavioristen? Welches Forschungsbeispiel wird häufig verwendet?
- ▶ Welchen psychologischen und wissenschaftlichen Stellenwert haben die Forschungsergebnisse zum „kleinen Albert“?
- ▶ Warum haben die frühen Behavioristen das Gegenprogramm zur Psychoanalyse entwickelt? Wie lässt sich das frühe Verhältnis von Psychoanalyse und Behavioristen beschreiben?
- ▶ In welchen frühen Ansätzen der Verhaltenstherapie spielen Konditionierungsprinzipien eine Rolle?
- ▶ Wie entstand die Forschung zur experimentellen Neurose?
- ▶ Warum wurde die Verhaltenstherapie trotz ihrer frühen praxisorientierten Ansätze erst so spät als klinisch-therapeutische Richtung ernst genommen?
- ▶ Beschreibe kurz die Grundzüge der amerikanischen Lerntheorien von Hull, Skinner, Guthrie und Tolman!
- ▶ Was ist der Unterschied zwischen klassischem und operantem Konditionieren?
- ▶ An welcher Stelle bleibt Skinner dem behavioristischen Anspruch einer rein experimentellen Beobachtung nicht treu?
- ▶ Warum ist die Theorie zum „latenten Lernen“ eine Grundlage für die kognitive Verhaltenstherapie?
- ▶ Aus welcher pragmatischen Notwendigkeit ergab sich eine Erweiterung der praktisch-therapeutischen Ansätze?

9 Lerntheoretische Verhaltenstherapie

- ▶ Welche therapeutischen Interventionen gehen auf die klassische Konditionierung zurück?
- ▶ Worin besteht das Konzept der Gegenkonditionierung? Was ist daran problematisch?
- ▶ Welche Konzepte setzen an dem „Schwachpunkt“ der Gegenkonditionierung an?
- ▶ Woraus entwickelte sich die systematische Desensibilisierung und wie wirkt diese nach Wolpe?
- ▶ Was könnte eine Erklärung dafür sein, dass Desensibilisierung auch ohne intendierte muskuläre Entspannung wirken kann?
- ▶ Welche Kritik wurde an der Desensibilisierung als therapeutisches Verfahren geübt?
- ▶ Welche Erklärungsansätze für die Wirkung der systematischen Desensibilisierung gibt es?
- ▶ Bei welchen Störungen hat sich ein Expositionstraining als besonders wirkungsvoll erwiesen?
- ▶ Wie läuft ein Expositionstraining ab?
- ▶ Welche der Exposition vorangehenden Aspekte sind wesentlich für den Erfolg eines Expositionstrainings?
- ▶ Welche Modifikationen der systematischen Desensibilisierung gibt es?
- ▶ Wie funktioniert das Selbstbehauptungstraining?
- ▶ Welche Verfahren haben sich aus der Forschung zur operanten Konditionierung entwickelt?
- ▶ Beschreibe kurz die folgenden Begriffe: Belohnung – Bestrafung, positive Verstärkung – negative Verstärkung, Verstärkungspläne und Diskriminationslernen!
- ▶ Welchen Nutzen und welche Probleme haben Token-Programme?
- ▶ Wie entwickelte sich das Biofeedback und wie ist dessen heutiger Stellenwert?
- ▶ Wofür ist die Berücksichtigung der Selbstkontrolle relevant?
- ▶ Welche Methoden der Selbstkontrolle gibt es und wie wirken sie?
- ▶ Worin liegt die Wirkung bei der Selbstbeobachtung?
- ▶ Worin liegt der Wert des Selbstregulationsmodells von Kanfer?

10 Kognitive Verhaltenstherapie

- ▶ Ab wann begann die Verhaltenstherapie kognitiv zu werden?
- ▶ Zur Erklärung welcher Phänomene genügte die behavioristische Position irgendwann nicht mehr?
- ▶ Was bedeutet „technischer Eklektizismus“?
- ▶ Unter welchen Bedingungen ist Modelllernen am effektivsten?
- ▶ Welche drei Problembereiche gibt es bei der Ausübung sozialer Kompetenzen?
- ▶ Was soll durch Problemlösungstherapien erreicht werden?
- ▶ Welche Phasen werden dabei unterschieden?
- ▶ Welche Namen verbindet man mit verdecktem Konditionieren?
- ▶ Wie läuft verdecktes Konditionieren ab? Welches Lernprinzip wird hier in die Kognition verlagert?
- ▶ Auf welchen Grundgedanken stützt sich das Selbstinstruktionstraining von Meichenbaum? Welcher Begriff ist hier zentral?
- ▶ Welche drei Phasen folgen in der Therapie? Was passiert günstigerweise genauer in der zweiten Phase?
- ▶ Was ist eine persönliche Domäne nach Beck?
- ▶ Woraus besteht die kognitive Trias bei Depressiven?
- ▶ Welche typischen Denkfehler nennt Beck?
- ▶ Wie arbeitet Beck mit den automatischen Gedanken? Welche Phasen sind in der Kognitiven Therapie wichtig?
- ▶ Was bedeutet „BASIC ID“? Was ist das Problem bei dem von Lazarus geforderten technischen Eklektizismus?

II Rational-emotive Therapie

- ▶ Welche Ereignisse beeinflussten Ellis bei der Entwicklung seiner RET?
- ▶ Wie begründet Ellis, dass auch er „humanistische Psychotherapie“ durchführe?
- ▶ Welche Psycho-Logik herrscht für Menschen im Alltag oft vor, d. h.: welche Verbindungen in A-B-C sind ihnen bewusst?
- ▶ Was kann durch B beeinflusst werden?
- ▶ Welche „mussturbatorischen Hauptideologien“ unterscheidet Ellis?
- ▶ Wie erklärt Ellis die Entstehung irrationaler Ideen?
- ▶ Was ist das Problem bei der Groborientierung an den zwölf grundlegenden irrationalen Ideen?
- ▶ Was ist das Ziel der RET?
- ▶ Was ist das hauptsächliche „Arbeitsmittel“ des Therapeuten?
- ▶ Was erfolgt zu Beginn der RET, bevor die eigentliche inhaltliche Arbeit (an den A-B-C-Schemata) beginnt?
- ▶ Warum und wie werden Gefühle und Verhalten in der Therapie differenziert?
- ▶ Welches theoretische und praktische Problem beinhaltet das Konzept der „irrationalen Ideen“?
- ▶ Welches Konzept der RET findet sich in ähnlicher Form z. B. bei Adler und auch in der Transaktionsanalyse?
- ▶ Auf welche lerntheoretischen Elemente greifen die RET-Interventionstechniken zurück?
- ▶ Wie lässt sich die Beziehung zwischen Klient und Therapeut in der RET beschreiben?